ኮሮና ቫይረስ ኮቪድ-19

Coronavirus
COVID-19
Staff health advice

ኮቪድ19 ምንድን ነው፤ ምን ያህል አስከፊ ነው?

አዲሱ የኮሮና ቫይረስ (ኮቪድ19) አሜሪካንን ጨምሮ በብዙ አገራት ውስጥ ከሰው ወደ ሰው እየተላለፈ የሚገኝ አዲስ የቫይረስ ዝርያ ነው። ስለዚህ ቫይረስ ያለው ግንዛቤ ጥቂት በመሆኑ የህክምና ባለሙያዎች ተጨናንቀዋል።

በዚህ ሰአት በአሜሪካ በቫይረሱ የተያዙ ሰዎች ቁጥር አነስተኛ ነው። እስካሁን ያለው ከቀላል በሽታ (ለምሳሌ የተለመደ ጉንፋን) ጀምሮ እስከ ሆስፒታል የሚያስተኛ ሃይለኛ የሳንባ ምች መሆኑን ሪፖርቶች ያስረዳሉ። አስካሁን በዋናነት የተመዘገበው ሞት በአድሜ የገፉ እና ቀደሞውንም ሌላ በሽታ ያለባቸው ሰዎች ላይ ነው።

ይህን በሽታ ለመከላከል እንዴት መርዳት እችላለሁ?

የሚከተሉት 4 ተግባራት ኮቪድ19 እንዳይዘን እና ለሌሎች እንዳናስተላልፍ የሚረዱን ናቸው። እነዚህ ተግባራት **IRC** ውስጥ ባሉ **በሁሉም ሰዎች፡ በሁሉም ቦታ፡ በማንኛውም ጊዜ** መፈጸም አለባቸው፡፡

ይታጠቡ

አዘውትረው እጅዎን በሳሙናና ውሃ ይታጠቡ ወይም አልኮል ባለበት የእጅ መጥረጊያ ይሹት። እጅዎ ፍጹም ንጹህ ካልሆነ በስትቀር ፊትዎን አይንኩ።

ይሸፍኑ

በሚስሉበትና በሚያስነጥሱበት ጊዜ አፍዎንና አፍንጫዎን ይሸፍኑ። የተጠቀሙበትን የሶፍት ቁራጭ በአስችኳይ ያስወግዱና እጅዎን ይታጠቡ።

ያቁሙ

ሳልና ትኩሳት ካለባቸው ሰዎች ጋር መግናኘትዎን ያቁሙ። ከሰዎች ጋር መገናኘት ካልብዎት ከ3 ፊት ወይም ከአንድ ሜትር ርቀት ላይ ይሁን።

ከቤት አይውጡ

ትኩሳት እና ሳል ያለበት ህመም ከተሰማዎት ከቤት አይውጡ። የህክምና ባለሙያዎች እና ባለስልጣናት የሚሰጥዎትን መመሪያ ይከተሉ፡ ለአለቃዎም ያሳውቁ።

እባክዎን ልብ ይበሉ:

- የፊት ማስክ ማድረግ አይመከርም፡ በበሽታው ከታመሙ እና በሽተኞችን ከሚንከባከቡ የህክምና ባልሙያዎች በስትቀር የፊት ማስክ ማድረግ አይመከርም፡፡
- በአቅራቢያዎ ያሉ የመንግስት ባለስልጣናትን አመራር ይከተሉ። ሰራተኞች በመጀመሪያ በአቅራቢው ያሉ የመንግስት ባለስልጣናትን ምክርና ገደብ ይከተሉ። ባለስልጣኖች በሌሉበት የ**IRC**ን አመራር ይከተሉ።

የበሽታው ምልክት፡

- ሳል
- የትንፋሽ እጥረት
- የመተንፈስ ችግሮች
- ከልክ ያለፈ ትኩሳት